

진료 준비 기록지

Visit preparation · Blank worksheet

진료에서 말할 증상과 질문을 미리 정리하는 빈 양식입니다. 아는 내용만 적고, 기억나지 않는 항목은 **모름**으로 남겨 두세요. 이 양식은 진단·치료·복용 변경을 안내하지 않습니다.

이번 진료에서 먼저 이야기할 내용

진료 예정일 _____ 진료과·의료기관 _____

가장 먼저 묻거나 알고 싶은 것 _____

지난 진료 이후 달라진 점 _____

증상 기록 1

본인이 느낀 증상·부위 _____

처음 발생한 날짜·시간 _____ 이 내용을 적은 날짜 _____

정확한 날짜를 모르면 기억나는 범위 _____

얼마나 오래 / 얼마나 자주 _____

어떤 상황에서 나타났는지 / 함께 느낀 변화 _____

더 심해지거나 덜해지는 상황 _____

일상에 미친 영향 _____

강도·느낌 (선택, 사용한 척도나 본인 표현) _____

증상 기록 2

본인이 느낀 증상·부위 _____

처음 발생한 날짜·시간 _____ 이 내용을 적은 날짜 _____

정확한 날짜를 모르면 기억나는 범위 _____

얼마나 오래 / 얼마나 자주 _____

어떤 상황에서 나타났는지 / 함께 느낀 변화 _____

더 심해지거나 덜해지는 상황 _____

일상에 미친 영향 _____

강도·느낌 (선택, 사용한 척도나 본인 표현) _____

발생일과 기록일은 다를 수 있습니다. 증상이 생긴 시점과 메모를 쓴 시점을 각각 적어 주세요. 더 많은 기록이 필요하면 이 페이지를 복사해 사용하세요.

약·알레르기·질문

현재 사용하는 약·건강제품

처방약, 일반의약품, 비타민·보충제 등 현재 사용하는 것을 적으세요. 이름·함량·복용 방법은 약 봉투나 제품 라벨에 쓰인 대로 옮기고, 확인하기 어려우면 모름으로 표시하거나 라벨·포장 사진을 가져가세요. 아래 칸은 복용 지시가 아닙니다.

이름·함량 (라벨 그대로)	복용 방법 (라벨 그대로)	실제 사용·최근 변경·질문

알레르기·과거 반응

알고 있는 알레르기: ☐ 있음 ☐ 알고 있는 것 없음 ☐ 모름

관련 약·음식·물질	어떤 반응이 있었는지·시점·확인 여부

확실하지 않은 반응도 본인이 겪은 내용으로 적고, 의료진에게 확인할 질문으로 남겨 두세요.

진료 때 물어볼 질문

-
-
-

질문이 떠오르지 않으면: “다음 단계는 무엇인가요?”, “검사 결과는 언제·어떻게 확인하나요?”, “이해하지 못한 부분을 다시 설명해 주실 수 있나요?”

진료 중 메모

의료진에게 들은 내용·확인할 사항

다음 진료·검사 일정 / 결과 확인 방법

보관과 공유 작성한 내용은 건강정보를 포함할 수 있습니다. 본인이 보관하고, 의료진에게 필요한 부분을 직접 보여 주세요. 이 PDF에는 내용을 서버로 제출하는 기능이 없습니다.

FluBioscience가 아래 안내를 참고해 자체 제작한 양식이며 NIH·NHS의 공식 양식이나 인증 자료가 아닙니다. 개인 사용·진료 준비를 위해 복사해 사용할 수 있습니다.

참고 안내 · 확인일 2026-10-10

NIH · Appointment preparation: <https://health.nih.gov/health-topics-a-z/prepare-for-appointment>

NHS · Outpatients: <https://www.nhs.uk/nhs-services/hospitals/going-into-hospital/outpatients-and-day-patients/>

NHS · Questions for your doctor: <https://www.nhs.uk/nhs-services/gps/what-to-ask-your-doctor/>